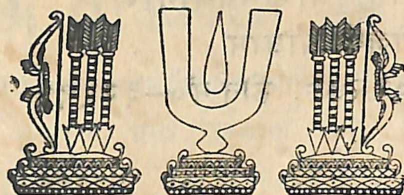
* ॐ नमो भगवते रामचन्द्राय * ॐ नमो भगवते रामानन्दाचार्याय *

* श्रीगुरवे नमः *



तम्बाकू-जहर

लेखक, अन्वेषक एवं सम्पादक :

डा० पं० श्रीरामकुमारदासजी रामायणी महाराजके

परम कृपापात्र

मानसमर्मज्ञ—आचार्यप्रवर

पं० श्रीसच्चिदानन्ददासजी रामायणी

महान्त—वरविश्रामवाग, श्रीरामग्रन्थागार

मणिपर्वत-श्रीअयोध्याधाम

प्रकाशक :

पं० विजयीराघवदास रामायणी

पुनर्मुद्रणार्थ न्यौछावर ५/-

प्रकाशन स्थल व प्राप्तिस्थान :

वरविश्रामबाग, श्रीरामग्रंथागार
मणिपर्वत–श्रीअयोध्याधाम
(कोड नं०–०५२७८, फोन नं०–३२५९९



प्रकाशक :

पं० विजयीराघवदास रामायणी
स्वागताध्यक्ष–वरविश्रामबाग



प्रथम संस्करण–१०००
पौषशुक्ल–एकादशी, भौमवार
श्रीराम संवत–१, ८१, ९३, १५२
विक्रम संवत–२०५५
ईशा संवत–२८-१२-१९९८



न्यौछावर : ५)



मुद्रक :

ओम् प्रिंटिंग प्रेस
मुराई टोला, अयोध्या ।

प्राक्कथन

अनन्त ब्रह्माण्डनायक परमपिता परमात्मा भगवान् श्रीराम-जीकी कृपासे यह छोटा-सा ग्रन्थ 'तम्बाकू जहर' प्रकाशित हो रहा है। आशा है पाठकगण इसे अपनायेंगे। यों तो बहुतसे अखाद्य व अपेय पदार्थ जगतमें भरे पड़े हैं और बहुतसे लोग उनका सेवन करते हैं, जैसे—माँस, मछली, मुर्गा, अण्डा, शराब, कबाब, अफीम, चुरुट, चरस, हुक्का, गांजा, भांग आदि, परन्तु इन सबसे ज्यादा प्रचार-प्रसार तम्बाकूका ही हो रहा है। खाने-पीनेके आवश्यक पदार्थ सब जगह प्राप्त नहीं हो सकते हैं, परन्तु तम्बाकू और उससे बने जहरीले पदार्थ बीड़ी, सिगरेट, खैनी-चूना और पानमें डालकर खानेवाला जरदा यह सब जगह प्राप्त हो सकते हैं। अतः इसपर सरकार द्वारा भी प्रतिबन्ध लगाया जाना चाहिये। इससे मानवके स्वास्थ्यपर बहुत बुरा प्रभाव पड़ता है। आचार्यों-मनीषियोंसे भी प्रार्थना है कि धूम्रपान, मद्यपानादि को त्यागनेका उपदेश देकर समग्र मानव समाजका कल्याण करें। अन्यथा इस भौतिक युगमें सर्वत्र अखाद्य व अपेय वस्तुएँ खा-पीकर लोग अपना आचार-विचार बिगाड़ रहे हैं। क्योंकि 'आहार शुद्धिः सत्व बुद्धिः' के अनुसार आहारपर ही सम्पूर्ण क्रियायें आधारित है। जिसका आहार शुद्ध नहीं होगा उसका विचार शुद्ध नहीं रह पायेगा, विचार अशुद्ध होनेपर उसका आचार अशुद्ध हो जायेगा। आचार नष्ट होनेपर सदाचार और सद्व्यवहार भी नष्ट हो जायेगा। फलतः उसके

जीवनमें कुविचार, कदाचार, दुर्व्यवहार, दुराचार एवं भिन्न-भिन्न दुर्गुणोंका प्रचार-प्रसार होने लग जायेगा और अन्तमें उसका पतन हो जायेगा।

अतः यही सोचकर भगवत्कृपासे प्रेरित होकर मैंने 'तम्बाकू-जहर' नामक यह एक लघु ग्रन्थ लिखा है। इसकी रचना आजसे १० वर्ष पूर्व ही हो चुकी थी। पत्रिकाओंमें भी कई स्थानोंसे इसे संक्षिप्त रूपेण प्रकाशित कराया गया था, पर पत्र-पत्रिकायें सदा पढ़ने हेतु नहीं मिला करती हैं अतः इसे पुस्तकका रूप देकर प्रकाशित करा दिया है। इसके प्रकाशनका सम्पूर्ण व्यय मेरे परमप्रिय शिष्य पं० विजयीराघवदास रामायणीने वहन किया है। वे वरविश्रामबागके श्रेष्ठ संरक्षक हैं। श्रीभगवान्-से उनके दीर्घजीवनकी प्रार्थना है।

भगवद्भागवतानुचरः

पं० सच्चिदानन्ददास रामायणी

महान्त—वरविश्रामबाग, श्रीरामग्रंथागार

मणिपर्वत, श्रीअयोध्याधाम

२०/१२/१९९८



तम्बाकू-जहर

लेखक :

मानसमर्मज्ञ पं० श्रीसच्चिदानन्ददासजी रामायणी

महान्त श्रीरामग्रन्थागार, श्रीअयोध्याजी

कीचड़ कमल ब्रह्मा श्रीविष्णु गरुड़
↓ ↓ ↓ ↓ ↓

जल-सुत ता-सुत तासु सुत, ता स्वामीको यान ।
सो काटे सुरभी श्रुति हिं, तिहिं न छुवैं मतिमान ।।

मेघ इन्द्र इन्द्रजीत रावण राम
↓ ↓ ↓ ↓ ↓

जलद भूप अरि तासु पितु, ता अरिपद सानन्द ।
बार-बार वन्दन करत, 'दास सच्चिदानन्द' ।।

वैद्यक ग्रन्थोंमें तम्बाकूके कई नाम प्रसिद्ध हैं जो भिन्न-भिन्न स्थानोंमें प्रयुक्त होते हैं। संस्कृतमें—धूम्र-पत्रिका, कलेजा, कृमिघ्न, क्षारपत्रा, तमाखू, बज्रभृङ्गी, ताम्रकुटिका आदि नामोंसे तथा हिन्दीमें—तम्बाकू, तुम्बक, तमालपत्र, बुजेरभंग आदि कई नामोंसे पुकारते हैं। इसी प्रकार बंगलामें-तमाकू, मराठीमें-तम्बाखू, गुजरातीमें-तम्बाखू, फारसीमें-तम्बाख बेहारेभंग, तामिलमें-पुगई, इलई, तेलगूमें-धूम्रपत्रम्, लैटिनमें—Nicotiana Tabacum (निकोटिएना टेबेकम) अंग्रेजीमें IndianTobacco (इण्डियन टोबैको) नाम प्रसिद्ध है।

आयुर्वेदके मतसे इसके पत्ते तीखे स्वादमें कड़वे, गरम, पौष्टिक एवं वमनकारक होते हैं। ये पत्ते नेत्रोंकी ज्योति नष्ट करते हैं। पत्तोंका धुआँ हार्नियाकी बीमारीमें लाभदायक माना जाता है। तम्बाकूका हरा पत्ता बिच्छू एवं अन्य विषैले जीवोंके दंसकी चिकित्सामें उपयोगी है। पागल कुत्तेके बिषमें भी इसका प्रयोग होता है।

यह विषैली वनस्पति मानव शरीरके लिये लाभकी अपेक्षा वहुत ज्यादा हानिकारक है। इसको खाने-पीने (धूम्रपान करने) सूँघनेसे स्नायु जालकी शक्ति अत्यन्त निर्बल हो जाती है। यह यकृतकी क्रियाको शिथिल कर देती है और जठराग्निको मन्द करके बिगाड़ देती है। अर्धांगका पूर्वरूप पैदा करती है। सूँघनेसे असाध्य मंदाग्नि एवं हृदयरोग तथा पाचन क्रिया विकृत हो जाती है। तम्बाकूके प्रयोगसे कई प्रकारके शारीरिक उपद्रव उत्पन्न हो जाते हैं।

तम्बाकूके बीजसे ३६ प्रतिशत तेल निकलता है। जिसका रंग कुछ हरापन लिये हुए पीला होता है। यह तेल बहुत विषैला होता है।



तम्बाकूकी उत्पत्तिका इतिहास

इसकी पौराणिक गाथा है कि एकबार देवर्षि नारदजी भूलोकमें परिभ्रमण करते हुए द्वारिकाधाम पधारे। भगवान् श्यामसुन्दर श्रीकृष्णने महारानी श्री-रुक्मिणीजीके साथ उनका भावपूर्ण स्वागत-सत्कार किया। प्रसन्न होकर श्रीवीणाधरने एक स्वर्गीय पारि-जात पुष्प श्रीकृष्णके कर-कमलमें अर्पण किया। साथ ही उस दिव्य पुष्पकी बहुत प्रशंसा भी की। द्वारिकाधीश श्रीकृष्ण भगवान्ने महारानी श्रीरुक्मिणीदेवीकी इच्छा समझकर वह कल्पवृक्ष-पुष्प उनके सिरमें सुशोभित कर दिया।

जब श्रीनारदजी सत्यभामाजीके महलमें पहुँचे तो उस देवकाननके दिब्य प्रसूनके सम्बन्धमें सारी बात बताकर महारानी सत्यभामाके हृदयमें प्रणय कोपका अंकुर जमाकर चले गये। स्वाभिमानिनी सत्यभामाजीने प्रियतम श्यामसुन्दरसे उलाहना देते हुए स्पष्ट कहा--जबतक कल्पवृक्ष मेरे महलके क्रीड़ोपवनमें नहीं लगजाता तबतक मैं अन्न-जल कुछ ग्रहण नहीं करूँगी। मैं अब जान गयी आप मुझसे औपचारिकता का निर्वाह मात्र करते हैं प्यार तो केवल वैदर्भी-रुक्मिणीजीसे करते हैं।

श्रीभगवान्ने सत्यभामाजीको बड़े प्यारसे समझाया और तत्काल पक्षिराज गरुड़का स्मरण किया। वैनतेयके आनेपर श्रीकृष्णने कल्पवृक्ष लानेके लिये तत्काल अमरावतीपुरी उन्हें भेज दिया। जब देवराजने यह सुना कि गरुड़ कल्पवृक्ष भूतलपर ले जानेके लिये आये हैं तो देवपूजिता कामधेनुके पास जाकर कहा कि किसी प्रकार विनतानन्दन देववृक्ष न ले जा पायें। स्वर्गकी वस्तु भूलोकमें नहीं जानी चाहिए। ऐश्वर्य लोलुप इन्द्रने देवोंकी सेना सजाकर स्वयं भी पक्षिसम्राट् अरुणानुजसे युद्ध प्रारम्भ कर दिया। जब हरिवाहन वैनतेयने कामधेनुपर आक्रमण किया तो द्वन्द्व युद्धमें कामधेनुकी पूँछ और कानका कुछ भाग कटकर गिर पड़े, खूनकी कुछ बूँदें भी गिरीं। कामधेनुको संत्रस्त देखकर देवराजने क्रोधमें आकर गरुड़पर वज्रास्त्रका भीषण प्रहार किया। यद्यपि भगवद्पार्षद गरुड़जीपर दुर्धर्ष वज्र निष्फल हो गया किन्तु मर्यादारक्षक वैनतेयने अपने तीन पंख गिरा दिये। गरुड़के पंख उड़ते हुए भूलोकके भरतखण्डमें गिरे जिससे तीन प्रकारके पक्षी प्रकट हुए—मोर, नीलकण्ठ और नकुल। (चारवु) यथा—

एकं विसर्जयामासत्वरया प्रजगाम च।
मयूरो नकुलाश्चाषः" ....॥ (पद्मपुराण)

उधर कामधेनुके कटे हुए कर्णसे तम्बाकू, पूंछसे कोभी (गेहूँके खेतमें जमनेवाली एक प्रकारकी ज़हरीली घास) एवं रक्तसे मेंहदीकी उत्पत्ति हुई। इससे मोक्षार्थी दूरसे ही त्यागकर देते हैं। यथा—

'कर्णभ्यश्चं तमालं च पुच्छाद् कोभी दभूव च।
रक्तात् मेंहदी जातः मोक्षार्थी दूरस्त्यजेत् ।। (पद्मपु०)

अर्थात् गायके कटे कानसे तम्बाकू, पूँछके कटे भागसे कोभी घास तथा रक्तसे मेंहदीकी उत्पत्ति हुई। अतः जो मोक्षार्थी हैं अर्थात् नरकमें जाना नहीं चाहते उन्हें कभी भी तम्बाकू-उससे बनी कोई भी नशीली वस्तुओं-का सेवन नहीं करना चाहिये। वे दूरसे ही त्याग देते हैं।

श्रीभगवान्की प्रेरणासे तम्बाकूकी उत्पत्ति भारतमें न होकर अमेरिकामें हुई। क्योंकि वहांके लोग गोमांस भक्षी हैं ही। हमारा पवित्रदेश आर्यावर्त-भरतखण्ड गोदुग्ध सेवी है गोमांस भक्षी नहीं। यह तो हमारा दुर्भाग्य हैं कि आज यहां भी गायोंकी हत्यायें हो रही हैं।

भगवान् वेदव्यासजी स्पष्टरूपेण पुराणोंमें उद्घोष करते हुए कहते हैं—घोर कलियुगमें जो भी वर्णाश्रमी तम्बाकू खायेंगे वे अवश्य नरकमें जायेंगे। यथा—

घोरे कलियुगे प्राप्ते सर्वे वर्णाश्रमे रताः ।
तमालं भक्षितं येन स गच्छेन्नरकार्णवे ।। (स्कन्दपु०)

द्वापरान्तमें तम्बाकूकी पैदाइस अमेरिकामें हुई, वहाँके लोग इसको धूम्रपान करनेमें प्रयोग करते थे ।

ऐतिहासिक घटना है कि जब कोलम्बस पुर्तगालसे भारतकी यात्रापर चला तो एक नवीन स्थान—टापूपर उसका जलयान जा लगा । वहाँके निवासियोंको देखकर उसने नयी दुनियाके लोग तथा उस टापू-स्थानका नाम नयीदुनिया रख दिया । वहाँके मूलनिवासी अनार्योंको जब उसने तम्बाकूकी पत्तियोंको कुचलकर एक नली पाइपकी तरह बनाकर फिर उसमें आग सुलगाकर पीते देखा तो उसे आश्चर्य हुआ । उस जहरीले धुएँको पीते ही लोग आनन्दित दिखायी पड़ते थे, नशेमें कुछ उनमें स्फूर्ति आ जाती थी । वे बड़ी तल्लीनतासे कोई काम करने लगते थे ।

तभी तम्बाकूको उपयोगी समझकर कोलम्बस यूरोपमें अपने साथ ले गया और वहाँ भी इस जहरका प्रचार-प्रसार हो गया । यह घटना लगभग १४९२ ई० सन्की हैं । तम्बाकूके इतिहासमें कोलम्बसका नाम प्रसिद्ध हो गया । मात्र उसने नयीदुनिया अमेरिकाकी ही खोज नहीं की बल्कि वहाँसे जहरीली तम्बाकू भी ले जाकर पूरे यूरोपमें फैला दिया । यहाँतक कि आज सम्पूर्ण विश्वमें इस भयानक विषपानके लिये लोगोंको

विवश कर दिया।

यूरोपसे कालकूट जहर-तम्बाकूका मुगलशासन-कालमें भारतमें आगमन सम्भव हुआ। दिल्लीश्वर अकबरके समक्ष सर्वप्रथम एक वर्नल नामका पुर्तगाली आया, तो उसने अकबर बादशाहको तम्बाकू और एक जड़ाऊ कीमती चिलम भेंट की थी। शाहंशाह अकबरको वह चिलम पसन्द आयी और उसी पुर्तगाली वर्नलसे तम्बाकू पीनेकी कला भी सीखली। बादशाह सलामतको चिलमद्वारा तम्बाकूका धूम्रपान करते देखकर कई दरबारियोंको भी पीनेकी इच्छा होने लगी। धीरे-धीरे इस मोठे जहरने समस्त भारतको आक्रान्त कर दिया।

तम्बाकू एक भयंकर विषैला तत्त्व है। इसमें पाँच विष पाये जाते हैं—(१) निकोटिन (Nicotine) (२) कोलोडोन (Collodion) (३) प्रूसिड एसिड (Procid-Acid) (४) फरफरोल (Farfrol) और (५) कार्बोनिक-एसिड-गैस (Carbonic-Acid-Gas) है।

इसमें निकोटिन जहर तम्बाकूके पत्तोंको खूब सुखाकर भट्टीपर चढ़ाकर निकाला जा सकता है। तम्बाकू जितनी तेज होगी यह तैलीय जहरीला तत्त्व उतनी मात्रामें ज्यादा निकलता है। आधा किलो

तम्बाकूसे निकला निकोटिन जहरसे तीनसौ आदमी मर सकते हैं। यहाँतक एक सिगरेटमें भरे हुए तम्बाकूसे जो निकोटिन जहर निकल सकता है उससे केवल एकबार पानसे ही दो आदमी मर सकते हैं।

[१] आधा किलो तम्बाकूके पत्तोंसे निकले निकोटिन विषसे मात्र तीन मिनटमें ढाई हजार कुत्तोंको मारा जा सकता है।

[२] निकोटिनसे भी तीव्र विष 'कोलोडोन' है। तम्बाकूमें जो गन्ध है वह इसीके कारण है। इसकी एक बूँदका बीसवाँ हिस्सा भी एक मेढककी जानले सकता है।

[३] प्रूसिड एसिड—यह तम्बाकूके धुआँसे निकलता है। जब धूम्रपान करनेवाला धुआँको अपने पेटमें पी लेता है तब यह विषैला तत्त्व भी प्रविष्ट होकर सिर दर्दका कारण बन जाता है। सर्वप्रथम धूआँ पीनेवाला व्यक्ति इसके प्रभावको समझ सकता है। तत्काल उसके सिरमें चक्कर-कै-दस्त आदि भी होने लगते हैं।

[४] फरफरोल—ह्विस्की-शराब मात्र दसग्राम पीनेसे जितना प्रभाव दिल-दिमागपर पड़ता है वही केवल एक सिगरेटके धुएँसे निकला फरफरोल विषसे

खतरनाक प्रभाव पड़ता है। यह प्रचण्ड विष कभी व्यर्थ नहीं जाता।

[५] कार्बोनिक एसिड गैस—तम्बाकूके धुएँमें मिली रहती है। यह जहरीली गैस फेफड़ेमें पहुँचकर उसे अत्यन्त निर्बल बना देती है। परिणामस्वरूप क्षयरोग (टी० बी०) को बीमारी उत्पन्न होती है।

तम्बाकूसेवी व्यक्तिपर उपर्युक्त पाँचों प्रकारके विषोंका प्रभाव पड़ता है। तम्बाकूसे कैंसर (Cancer) नामक प्रचण्ड रोग भी होता है। यह भयानक बीमारी जीभ, तालू, ओष्ठ एवं गलेमें शीघ्र प्रकट होती है। अधिकांशतः असाध्य रोग तम्बाकूसे पैदा होते देखे जाते हैं। लकवेको बीमारीकी शुरुआत भी तम्बाकू खाने-पीने वालोंको हो जाती है। नेत्रोंपर तो इस विषका प्रभाव अत्यधिक पड़ता ही है। दाँतोंको भी समूल नष्ट करनेके लिये तम्बाकूका सेवन रामबाण है। अधिकांशतः तम्बाकू-नशासेवी चरित्रहीन होते हैं। पागलपन भी सरलतासे धूम्रपान द्वारा आमन्त्रित किया जा सकता है। बीड़ी, सिगरेट आदिका जहरीला धूआँ मस्तिष्कमें प्रविष्ट होकर ज्ञान केन्द्रोंको शून्यकर देता है। तम्बाकू सेवनके माध्यमसे अर्थ, जीवनकी ज्योति, ज्ञानशक्ति एवं अपनी आयुको क्षीण एवं नष्ट किया जा सकता हैं।

तम्बाकू कई प्रकारसे प्रयोगमें लायी जाती है—कुछ लोग पान, सुपारी अथवा चूनाके साथ बड़े चाव-से खाते हैं। कुछलोग चिलम-हुक्का-गुड़गुड़ी द्वारा अत्यन्त प्रेमपूर्वक इसका आस्वादन करते हैं। बीड़ी-सिगरेट चुरट इत्यादिके रूपमें भी बहुतसे नशेबाज इसकी नशीली गैस अपने पेटमें पहुँचाकर मुख एवं नाक आदि छिद्रोंसे धूआँ उड़ाते रहते हैं।

पुरुष ही नहीं अबतो स्त्रियाँ भी इसका इस्तेमाल करनेमें सँकोच नहीं करतीं। पहले इसे पुरुष ही पीते थे, किन्तु अब नारियाँ भी अपने समानाधिकारका प्रयोग खुल्लमखुल्ला करने लगी हैं।

सामान्यत: तम्बाकू सेवनसे दस प्रकारकी हानियाँ तो बड़ी आसानीसे निर्मूल्य खरीदो जा सकती हैं—

१. तम्बाकू खाने-पीने वालोंका मुख सर्वदा दुर्गन्धसे भरा रहता है।

२. दमा और कफकी शिकायत जबरदस्ती गले पड़ जाती है।

३. हृदय खुश्क धुँधला एवं मलीन हो जाता है।

४. ओष्ठ फट जाते हैं, खूनकी बूँदें भी टपकने लगती हैं।

५. नसोंकी शक्ति कलुषित धूमसे अत्यन्त निर्बल हो जाती है।

६. अस्वस्थ मनुष्यको परलोक पहुँचानेमें पूर्ण सहयोग देती है।

७. स्वस्थ मनुष्यको अस्वस्थ बनानेमें किंचित भी देर नहीं करती हैं।

८. नेत्रोंकी ज्योति प्रायः नष्टकर देती है या धुँधली कर देती है।

९. दाँत तो सर्वदाके लिये संग त्याग ही देते हैं।

१०. मस्तिष्क विकृत एवं कमजोर हो जाता है।

अजीर्णता, अग्निमांद्य, कास, निद्रानाश, दुःखदायक-स्वप्न, चक्कर, नेत्र रोग (अन्धा हो जाना) नेत्रोंमें रक्तरेखा उत्पन्न होना तो इसके स्वाभाविक दुर्गुण हैं। बड़े-बड़े डाक्टरोंने तम्बाकूके सम्बन्धमें अपना विचार व्यक्त किया है वह नीचे दिया जाता है—

(१) डॉ० रिच चर्डसन—तम्बाकू खाने-पीने वाले पुरुषकी यदि तम्बाकू सेवन करनेवाली स्त्रीसे विवाहकर दिया जाय तो एक पीढ़ीके अन्तर्गत ही जो सन्तानें होंगी वह शारीरिक एवं मानसिक तथा बुद्धिकी अवस्थासे भी मानवी सन्तान नहीं कही जा सकेगी। तम्बाकू पीनेवाले माँ-बापसे उनकी सन्तानोंमें उतने कीटाणु प्रविष्ट

हो जाते हैं कि वास्तविक स्वास्थ्य उन्हें कभी नहीं प्राप्त हो सकता।

(२) डॉ० अल्बर्टमक्स—सर्वप्रथम तम्बाकू स्मरण शक्तिपर ही धावा बोल देती है और उसे शीघ्रही कमजोरकर देती है।

(३) डॉ० सोल–तम्बाकू स्नायु मण्डलमें उष्णता पैदा करके उसमें क्रियाशीलता उत्पन्न करके अत्यल्पकालमें ही अत्यन्त निर्बल बना देती है।

(४) डॉ० क्लेपर—मैंने ऐसा कोई आदमी आज तक नहीं देखा जिनके माता-पिता तम्बाकूसेवी हों और उनके बेटे बुद्धिहीन न हों।

(५) डॉ० गोरगस—तम्बाकूके उपयोगसे हृदयाघात, शारीरिक शक्तिका ह्रास, हृदयकी निर्बलता, दृष्टिदोष तथा अजीर्ण आदि अनेकों रोग उत्पन्न हो जाते हैं;

(६) डॉ० अल्बर्टस्मिथ–एकबार अमेरिकामें ७ लाख लोग पागल हो गये थे, जिनमें पाँच हजार केवल तम्बाकू खाने-पीने एवं सूँघनेके कारण हुए थे। न्यूयार्कके जेलखानेमें छः सौ मनुष्योंने शपथपूर्वक कहा कि उनकी यह दशा तम्बाकू पीने-खानेसे हुई है। तम्बाकू खाने-पीनेसे मस्तिष्क, नेत्र एवं कानपर अत्यन्त बुरा प्रभाव पड़ता है।

(७) डॉ० पैलडक–तम्बाकू हृदय और मस्तिष्क-के लिए प्राणहर विष है ।

(८) डॉ० रसवारन–तम्बाकूका जहर दाँतोंको नष्ट कर डालता है ।

(९) डॉ० कैलन–हमने अपने जितने भी अजीर्ण-के रोगी देखें, सब-के-सब तमाखूका सेवन करनेवाले थे ।

(१०) डॉ० हॉसेक–तम्बाकू मंदाग्निका मुख्य कारण है ।

(११) प्रो० सिलोमेन–तमाखूके दुर्व्यसनसे अनेकों हृष्ट-पुष्ट, बलवान,पहलवान, नवयुवक क्षयरोगकेशिकार होकर असमयमें ही काल-कवलित होते देखे गये हैं ।

(१२) डॉ०रश्–तमाखूके सूँघने मात्रसे ही स्वाँस-की गतिमें रुकावट होकर स्वरयन्त्र बिगड़ जाता है ।

(१३) डॉ० विलियम अल्कार–घातक विषभरी तम्बाकूके सेवनसे आँखोंको भारी नुकसान होता है ।

(१४) डॉ० ऐलिन्सन–जहरीली तमाखूका व्यसन मनुष्यको अन्धा, बहिरा जिह्वा एवं नासिकाकी शक्ति-से हीन कर देता है । दाँतोंपर तो पहले ही करारी चोट करता है ।

(१५) डॉ० फुटका–नपुंसकताका मुख्य कारण तमाखूका व्यसन भी है ।

(१६) डॉ० इर्स्टमेन्स–तमाखूसे ध्यान, धारणा एवं स्मरणशक्ति कमजोर हो जाती है।

(१७) डॉ० रास्किन–आधुनिक सभ्यतामें तमाखू सबसे राष्ट्रीय खतरा है।

(१८) वैद्य पं० ठाकुरदत्त शर्मा–अजीर्णता, कास फेफड़ोंके तमाम रोग, तन्द्रा-रोग, निद्रा-नाश, दुःस्वप्न, चक्कर आना, नेत्ररोग होना, हृदय और मस्तिष्ककी, निर्बलता तथा उन्माद आदि तमाखूके प्रभावसे होनेवाले रोग हैं।

सिगरेट पीनेवालेके सम्बन्धमें स्वर्गीय महर्षि टालस्टायने लिखा है–एक मनुष्यके मनमें किसी कारणवश अपनी स्त्रीका खून करनेका विचार आया। उसने हत्या करनेके लिये जब एक तेज धारवाला छुरा अपने हाथमें लिया तब सहसा उसका हृदय काँप उठा, उसके बढ़ते पाँव पीछेकी ओर लौट पड़े। पुनः कुछ सोचकर वह सिगरेट पीने लग गया। सिगरेट पीनेसे उसके जहरके प्रभावसे अक्लपर पर्दा पड़ गया और उसने तत्काल उसी छुरेसे अपनी पत्नीका खून कर दिया।

महात्मा टालस्टाय तम्बाकूको एक सूक्ष्म प्रकारका कई अंशोंमें शराबसे भी खराब मानते थे।

आयुर्वेद शास्त्रका कथन है—

धूमयो पीतः कुरुते भ्रमं मूर्च्छा शिरोरुजः ।
घ्राण श्रोत्राक्षि जिह्वानामुपघातं च दारुणम् ॥

अर्थात् जो धूम्रपान करता है उसे भ्रम मूर्च्छा, सिरमें पीड़ा तथा नासिकादि इन्द्रियोंमें दारुण उपघात होता है।

मूर्खताकी हद भी होती है भला तम्बाकू पीने-खानेवाले नशेबाजोंको क्या कहा जाय? न तो तम्बाकूमें कोई मधुर स्वाद है न किसी रोगकी औषधि ही है, न देखनेमें प्रिय है, बल्कि रोगोंकी जड़ है। केवल सूखा चूर्ण तम्बाकू जरदा खानेका व्यसन पड़ गया है। अतः इसे सर्वदाके लिये छोड़नेमें ही लाभ है। यथा—

न स्वादु नौषधमिदं न च वा सुगन्धिं,
नाक्षि प्रियं किमपि शुष्क तमाखुचूर्णम् ।
किं चाक्षिरोगजनकं च तदस्य भोगे,
बीजं नृणां नहि नहि व्यसनं विनान्यत् ॥

ऐसा देखा जाता है यह तम्बाकू खाने-पीनेका दुर्व्यसन इतना बदतर है कि लोग अपना घर त्याग देते हैं, परिवारसे नाता तोड़ लेते हैं, माता-पिता-भाई-बन्धुओंसे भी मुख मोड़ लेते हैं, समग्र ऐश्वर्यपर लात मारकर संसारसे बैराग ले लेते हैं किन्तु दुःसंगसे पल्ले पड़ी हुई सड़ी एवं अपवित्र दुर्गन्धित तम्बाकू (बीड़ी, सिगरेट,

हुक्का–चिलम, जर्दा, खैनी-चूना, गुड़ाखू आदि) खाना-पीना तथा सूँघना नहीं छोड़ पाते ।

यही कारण है बड़े–बड़े प्रतिष्ठित सन्तोंमें भी तम्बाकू, जरदा खाने-पीने एवं सूँघनेकी लत लगी रहनेसे आजीवन वे अपनेको इस दुर्व्यसनसे मुक्त नहीं कर पाते ।

किन्तु यही देखकर कि अमुक त्यागी, तपस्वी, साधु-सन्त भी तम्बाकू सेवन करते हैं तो हम भी क्यों न पियें, यह भयंकर भूल कभी नहीं करनी चाहिए । उन महात्माओंकी नकल नहीं करनी चाहिए, अन्यथा हमारा निश्चित पतन हो जायेगा । किसी साधु-सन्तके गुणोंको अपनाना चाहिए दुर्गुणोंको नहीं ।

पद्मपुराणमें तो इसकी घोर निन्दा की गयी है, कि जो तम्बाकू भक्षण करता है वह महान् पातकी है, उसके ज्ञान, वैराग्य, तीर्थस्नान, व्रत, दान संध्या पूजा-पाठ आदि सभी व्यर्थ हो जाते हैं ।

तेषां सन्ध्या वृथा ज्ञानं, वृथा वैराग्यसेवनम् ।
तीर्थस्थानं व्रतं दानं धूम्रपानाद् वृथा सदा ।।

(पद्मपुराण)

भगवान् वादरायण–वेदव्यासजी तम्बाकू खाने-पीनेके सम्बन्धमें कितनी कड़ी फटकार देते हुए लिखते हैं—

अभक्षणाच्च यत्पापं अगम्यागमनच्च यत् ।
मद्यपानाच्च यत्पापं तत्पापं च तमालतः ।।

किसी भी प्रकारका अभक्षणीय (न खाने-पीने योग्य) पदार्थोंके भक्षण करने, अगम्यागमन (परायी स्त्रियोंके साथ व्यभिचार करने) से और मद्य (शराब-अफीम आदि मादक द्रव्योंके) पीनेसे जितने पाप होते हैं, वे सारे पाप जर्दा-तम्बाकू खाने-पीने तथा सूँघने वालोंको होते हैं ।

वैष्णवोंको तो इसकी ओर देखना तक नहीं चाहिये स्पर्श करना या सेवन करना तो महान् अपराध हैं । तम्बाकू, बीड़ी-सिगरेट, गुड़गुड़ी, गुड़ाखू आदि) पीने-खानेसे गुरुद्वारा प्राप्त शुद्ध वैष्णवी दीक्षा भी व्यर्थ हो जाती है । यथा—

गृहित्वा वैष्णवी दीक्षां तमालं प्रपिबन्ति ये ।
मिथ्या जाप्यं च मौनं च बृथा दीक्षा फलं श्रुते ।।

अर्थात् जो व्यक्ति वैष्णवी दीक्षा (विरक्त सन्तका बाना) लेकर जर्दा-तम्बाकू खाते-पीते हैं उनका जप, तप मौनव्रत आदि सारी क्रियायें निष्फल हो जाती हैं यहाँतक कि वह वैष्णव संस्कारसे भ्रष्ट हो जाता हैं ।

पद्मपुराणमें वर्णन है कि यदि इस घोर कलियुग (अधर्ममय युग) में सभी वर्णाश्रमी एवं अन्य लोग

भी तम्बाकूका सेवन करते हैं तो वे सब-के-सब नरक-समुद्रमें जा गिरते हैं। यथा—

प्राप्ते कलियुगे घोरे सर्ववर्णाश्रमेतराः।
तमालं भक्षितं येन स गच्छेन्नरकार्णवे॥

एक आख्यायिका प्रसिद्ध है कि—"तम्बाकूको गधे भी नहीं खाते।" एकबार दो सज्जन कहीं जा रहे थे, उनमें एक तमाखू खाने-पीनेवाले थे और दूसरे सात्विक आहार ग्रहण करनेवाले थे। मार्गमें तम्बाकूके खेतमें एक गधा घास चर रहा था। सात्विक आहारी सज्जनने अपने मित्रसे व्यंग्य किया—

"अरे भाई! देखो तो भला, तम्बाकू ऐसी बुरी है कि इसे कोई भी पशु-पक्षी नहीं खाते-पीते। यह इतनी खराब वस्तु है कि इसे गधातक भी नहीं खा रहा है।"

तम्बाकू खानेवाले सज्जनने अपनी दलील देते हुए कहा—जी हाँ, गधे नहीं खाते इसे तो आदमी खाते हैं और उन्होंने इतना कहकर मुस्करा दिया। गधा दोनोंकी बातें सुन रहा था, अब उससे भी रहा नहीं गया तत्काल वह मनुष्यकी वाणीमें बोल उठा—यह पिशाचिनी-राक्षसी तम्बाकू इतनी नीच है कि इसके खाने-पीने एवं सूँघनेसे विद्वान् अविद्वान्, मूर्ख एवं गधा बन जाते

हैं। इसके बाद यदि मैं गधा होकर खाने लगूँ तो पता नहीं मैं किस अधमाधम गतिको प्राप्त हो जाऊँगा—यही समझकर मैं इसे नहीं खाता। गधा मनुष्यकी वाणी– देवभाषा संस्कृतमें बोला था। यथा:—

"सद्भिस्तु सेविता येत्वं न मास्भक्षसि गर्दभः।
नरो गर्दभतः याति गर्दभस्यैव का कथा॥

वैद्यराज श्रीगंगादत्तजीने बड़ी सुन्दर घनाक्षरी कवित्तमें तम्बाकूका पूर्णतः परिचय दिया है—

ज्वरकी है सास दुष्ट दुलही हलाहलकी;
बीछीकी बहिन परपञ्च रूप साजी है।
नानी करियारेकी धतूरकी ममानी-
पितियानी भक्षनागकी जहानमें विराजी है॥
कहैं 'गंगादत्त' धन्य प्राणी वे पचावैं जो,
अफीमकी जेठानी विषखोपरेकी आजी है।
माहुरकी मौसी महतारी कालकूटकी,
तमाखू दइमारी कहौ किसने उपराजी है॥

संस्कृतके सूक्ति-संग्रहका एक बड़ा सुन्दर श्लोक तम्बाकूके विषयमें प्रसिद्ध है। यथा—

बुद्धिं विनाशयति लुम्पति चार्थ जातं,
रोगं तथा वितनुते शिरसि प्रभूतम्।

अभ्यर्थनामपि च कारयति त्त्वयेक्ष्यां,
नस्यं न सेव्यमिति धीरतरै कदाचित्॥

अर्थात् बुद्धिका नाश करनेवाली द्रव्य नाश करानेवाली, शिर सम्बन्धी समस्त रोगोंको उत्पन्न करनेवाली, भीख माँगनेको मजबूर करनेवाली इस दुष्टा तम्बाकूका नशा बुद्धिमान व्यक्तियोंको नहीं करना चाहिये। क्योंकि इसमे मूँछ, दाढ़ी, बाल सब पीले हो जाते हैं और यह नेत्रोंकी ज्योति नाशिनी, दुर्गन्धदायिनी अग्निमन्दकारिणो तथा प्रमेह प्रसारिणी है।

कुछ तम्बाकू खानेवाले तथा धूम्रपान करनेवाले व्यक्ति यह सोचकर इस व्यसनको नहीं त्यागना चाहते कि तम्बाकूको मात्र मुखमें कुछ समय रखकर पुनः उसे थूक देते हैं, धूम्रपान करनेवाले भी यही सोचते हैं कि धुआँ तो सारा-का-सारा मुखसे निकाल देते हैं फिर उससे हानि क्या होगी ? पर वे लोग यह नहीं जानते कि तम्बाकूका निकोटिन (जहर) जहाँ लार बननेकी क्रिया होती है मुखमें पहुँचते ही लारके साथ जाकर फेफड़ेको प्रभावित कर देता है। उसी तरह धुआँ भी अन्दर पेटमें जाकर अपना जहर छोड़कर बाहर निकलता है और उससे बहुत बीमारियाँ पैदा होती रहती है। तम्बाकूमें बहुत खतरनाक मीठा जहर

है। हम धीरे-धीरे इसका जहर खाते-खाते इतने अभ्यस्त हो जाते हैं कि हमें कुछ पता ही नहीं चल पाता कि हमारे लिये यह कितना भयानक विषका कार्यकर रही है।

एक बहुत अच्छे सर्जनसे सुना था कि यदि किसी विशिष्ट चिकित्सालयमें कोई विशेष रूपसे प्रभावित संक्रामक रोगी भर्ती हो जाता है तो डॉक्टर लोग आपसमें सोच-विचारकर उसे तम्बाकूसे निकले मीठे जहरीले इन्जेक्शन देकर मार डालते हैं क्योंकि वह रोगी किसी प्रकार बचाया तो जा नहीं सकता बल्कि उसके रहनेसे अन्य रोगियोंपर भी उसके संक्रामक रोगका प्रभाव पड़ सकता है।

उसकी मृत्यु हो जानेपर कोई भी चिकित्सक डाक्टरी जाँच करनेपर भी यह नहीं पता लगा सकता कि इसकी मृत्यु जहर देनेसे हुई है। ऐसा है कि तम्बाकूका मीठा जहर जो धीरे-धीरे अपना प्रभाव डालता रहता है अतः किसीको पता भी नहीं चल पाता।

आयुर्वेदिक शास्त्रोंमें ताम्बूल सेवनका विधान है क्योंकि ताम्बूल (पान) के बीरेमें १३ गुण पाये जाते हैं, किन्तु आजकल ताम्बूल सेवन करनेवाले तम्बाकू

(जरदा-पत्ती) मिलाकर पानके उन समस्त गुणोंपर पानी फेर देते हैं। तम्बाकूके साथ खाया हुआ पान गुणविहीन होकर हानि करनेवाला बन जाता है। यथा—

"ताम्बूलं कटु तिक्त मिष्ट मधुर क्षारं कषायान्वितम्
वातघ्नं कफनाशनं कृमिहरं दुर्गन्ध दोषापहम्।
वक्त्रस्याभरणं विशुद्धकरणं कामस्य संदीपनम्,
ताम्बूलानि सखे त्रयोदश गुणाः स्वर्गस्य चे दुर्लभम्॥"

अतः कभी भी पानके साथ तम्बाकूका सेवन नहीं करना चाहिये।

आनन्द रामायणके मनोहरकाण्डमें भगवान् श्रीरामचन्द्रजीकी पूजाके लिये प्रिय एवं उपयोगी वस्तुओंका वर्णन है जिनमें ताम्बूलका वीरा आठ वस्तुओंको मिलाकर बनानेकी विधि दी गयी है। यथा—

नवोपचारस्ताम्बूलो राघवाय निवेदयेत्।
नागवल्लीः क्रमुकं च खदिरः सौध एव च॥
जातिपत्री लवंगं च जातीफलवरांगके।
एला चेति नवविधस्ताम्बूलः कीर्त्यते बुधैः॥

(आनन्द रा० मनो० सर्ग-६/२३-२४)

अर्थात् उपचारोंके साथ ताम्बूल भी श्रीरामजीको समर्पण करना चाहिये। ताम्बूलके नव उपचार ये हैं—पान, सुपारी, खैर, चूना, जावित्री, जायफल, कपूर, केशर और इलायची। अतः केवल तम्बाकू और तम्बाकूसे बने पदार्थोंका ही त्याग नहीं करना चाहिये, इसके साथ-ही-साथ गाँजा, भाँग, अफीम, चुरट, चरस, शराब, कबाब, माँस, मछली, मुर्गा, अण्डा आदि अखाद्य पदार्थ सभी त्याज्य हैं। यहाँतक लहसुन, प्याज, बिस्कुट, चाय, कॉफी, सोडा आदि भी एक तरहका नशा ही है। अतः इससे भी बचना चाहिये। कुछ लोग तम्बाकूसे बने मंजन (गुड़ाखू) से दाँत धोते-घिसते हैं इसे भी सर्वदाके लिये त्याग देना चाहिये। अस्तु!

हमारे यहाँ शास्त्रोंमें वैष्णवोंके लिये विधान है कि बिना श्रीरामको अर्पण किये कोई वस्तुका उपयोग नहीं करना चाहिये। अन्यथा अनार्पित भोजन मल तुल्य एवं जल मदिराके समान माना जाता है। यथा—

"अनार्पितं तु गोविन्दे भोजनं कुरुते यदि।
श्वानविष्ठासमं चान्नं जलं च मदिरा समम्॥

अपनी सनातनवाणी 'गीता' में स्वय श्रीभगवान्की उक्ति है जो बिना भोग लगाये खाते-पीते हैं वे सब पाप खानेवाले हैं।

"भुञ्जन्ते ते त्वघंपापा ये पचन्त्यात्म कारणात्॥"

और यह सर्वविदित है कि भगवान् कभी भी तम्बाकू नहीं खाते। अतः तम्बाकू खाने-पीनेवाले भगवान्‌से सदैव विमुख रहते हैं।

विचारणीय है कि जहाँ श्रीभगवान्‌के मन्दिरमें हम धूप-दीप सुगन्धित द्रव्यों व इत्र आदिका उपयोग करते हैं वहीं पास ही तम्बाकूका दुर्गन्धित धुआँ यदि छोड़ते हैं तो क्या यह कभी भी उचित माना जा सकता है? बीड़ी-सिगरेट-चिलम या चुरट आदिके द्वारा दुर्गन्धित धूम्र सारे वातावरणको दूषित कर देता है। अतः भूल-कर भी मन्दिरमें या उसके आस-पास किसीको यह अपवित्र कृत्य नहीं करने देने चाहिये। भला जहाँ हम श्रीभगवान्‌की आरती-कपूर-केशर-कस्तूरी आदि पदार्थों-का सम्मिश्रणकर किया करते हैं वहाँ तम्बाकूका चिलम चढ़े, बीड़ी, सिगरेट आदिका धुआँ उड़े यह कहाँ तक उपयुक्त है? अस्तु... !

अतः यदि किसी सज्जनको तम्बाकू आदिका व्यसन लग चुका हो तो उसे तत्काल त्याग देना चाहिये। अपने स्वरूपका स्मरण करते हुए दृढ़तापूर्वक आत्मबल-के सहारे एक क्षणमें ही इस दुर्व्यसनसे मुक्ति मिल सकती है। दृढ़ संकल्पका परमबल लेकर सदैवके लिये मुक्त हो जाना चाहिये।